



Abnehmen und Gesunde Ernährungsberatung von Isabelle Dreier in Bielefeld

- individuelle Ernährungsberatung
- Unterstützung und Begleitung im Alltag
- Hausbesuche

Zum Anfang

Was ist Ernährungs-Coaching?

Meine Angebote

Aktion der Saison

Wer ich bin

Wie Sie mich erreichen

Empfehlenswerte Seiten

Impressum

Die Kraft steckt in Ihnen - ich begleite Sie!

Sie wollen abnehmen und suchen Ihre ganz persönliche Ernährungsberatung? Einen coach, der auf Ihre individuellen Probleme und Bedürfnisse eingeht, Sie im Alltag begleitet und unterstützt?

Vielleicht setzen Sie sich viel zu lange schon mit Frauenzeitschriften und Ratgebern unter Druck. Die Pauschaldiät gibt es nicht! Genetisch bedingte Faktoren wie Körperbau, Stoffwechsel und Psyche entscheiden darüber, ob eine Ernährungsumstellung angenommen und durchgehalten wird, ob sie dem Körper gut tut und so zum gewünschten Erfolg führt.

Wenn Sie also Ihre Gesundheit und Fitness fördern wollen und effizient Ihren Gewicht reduzieren möchten müssen sie sich erst mal selbst definieren.

Hören Sie also auf sich mit "selbstverordneten" Superdiäten" zu quälen und doch scheitern!

Fangen Sie im Kopf an!

Horchen Sie in sich hinein!

Hören Sie auf Ihr Bauchgefühl!

Nehmen Sie sich Zeit!

Lassen Sie mich Ihnen helfen und für Sie ein Individuelles, auf Ihre Konstitution zugeschnittenes, ganzheitliches Abnehmkonzept mit Ihnen zusammen zu entwickeln.

Gemeinsam verändern wir Ihre Einstellung zum Essen und das alte Essverhalten. Sie werden überrascht sein, was Sie mit einem persönlichen Wohlfühlprogramm ohne Druck und Stress alles erreichen können.

Vereinbaren Sie ein kostenloses und unverbindliches Erstgespräch, gerne auch bei Ihnen zu Hause

Geben Sie Ihren Wunsch nicht auf! Das sind Sie sich wert!

Ihre ganzheitliche Beraterin Isabelle Dreier